

ひめじ食育推進プラン

(第3次姫路市食育推進計画)

概

要

版



ひめじ食育推進プラン(姫路市食育推進計画)の概要

策定の趣旨など

「食」は生きるための基本であり、「食べること」はただ生きるための栄養を摂るだけではなく、人として健康で豊かな人生を育むための礎(いしずえ)となるものです。そして、食育の推進は、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことであると同時に、食生活が自然の恩恵の上に成り立ち、食に関わる人々の行動に支えられていることへの感謝の念や理解を深めることにつながるものであり、持続可能な社会の実現に向けた重要な取組です。

食育をめぐる国内外の動向を踏まえながら、これまでの「ひめじ食育推進プラン」の取組を継承しつつ、市民一人ひとりが希望するライフプランに沿って自分らしく生きていくための、生涯を通じた健康管理の視点を反映した「ひめじ食育推進プラン(第3次姫路市食育推進計画)」を策定します。

計画の基本理念

生涯にわたって健やかな「こころ」と「からだ」を保ち、豊かな人間性を育む

海と山に囲まれ「海のもん」「山のもん」に恵まれ、姫路城や祭り文化をはじめとする姫路の特性を活かし、市民一人ひとりが、食の重要性や食への感謝の念を再認識し、食で健やかな「からだ」と豊かな「こころ」を育む食育をめざします。

計画の基本目標

市民が「自分に適した食を知る」「食に感謝の気持ちをもつ」
「食を楽しむ」ことで 豊かな人間性を育み
健やかにいきいき くらすことができる

キャッチフレーズ

～「いただきます」元気ひめじの愛ことば～



ひ

一人ひとりからまち全体へ

め

めざそう 元気ひめじ

じ

10分早起き 「いただきます」

達成すべき目標・計画を推進するための取組

① 市民は、自分に適した食を選択する力を身につける

- 食育に関する講座、教室、講演会等による普及啓発
- 食育月間の取組
- 食品ロス削減に対する取組
- 各保健事業による普及啓発、健診、相談
- 食事（給食）の提供、地産地消の推進
- 食に関する講座、授業、食育体験
- プレコンセプションケアに関する普及啓発
- 生活習慣病に関する保健指導
- フレイル予防に関する普及啓発

② 市民は、食を楽しみ、地域で伝承されてきた食文化を継承する

- 食育に関する講座、教室、講演会等による普及啓発 [再掲]
- 食事（給食）の提供、地産地消の推進 [再掲]
- 食に関する講座、授業、食育体験 [再掲]
- 農林漁業まつりや体験、メディアや動画配信等を通じた地産地消の推進
- 講習会や料理教室、朝ぜりの見学会等による青果物消費拡大、市場活性化
- 各種料理教室（食生活改善推進員協議会（いずみ会）・地域活動栄養士会）

③ 生産者は、食文化の継承や食の安全に配慮した食材を生産する

- 農林漁業まつりや体験、メディアや動画配信等を通じた地産地消の推進 [再掲]
- 講習会や料理教室、朝ぜりの見学会等による青果物消費拡大、市場活性化 [再掲]
- 地元農水産物の生産支援
- 広報紙による食育の啓発



④ 販売業者や流通業者は、取り扱う食品に関する正確な情報を市民に伝える

- 食品関連事業者に対する食品表示の助言・指導



名称	米 菓
原材料名	うるち米（国産、 <input type="radio"/> 国産、その他） 食塩、調味料（アミノ酸）
内容量	10枚
賞味期限	枠外上部に記載
保存方法	開封前は直射日光、高温多湿を避けて保存してください。
製造者	<input type="radio"/> 製菓株式会社 <input type="radio"/> 県〇市〇〇1-1-1

⑤ 飲食店等は、食の楽しみと健康に配慮した食事を提供する

- 食品ロス削減に対する取組 [再掲]
- 「外食・中食産業に対する食の環境整備支援（食の健康協力店等）」に関する普及啓発
- 受動喫煙対策



⑥給食施設や地域食関連団体等は、食環境の向上に取り組む

- 給食施設の栄養管理に対する指導・支援
- 衛生管理に関する知識の普及啓発
- こども食堂に対する支援（運営補助、広報）



⑦学校園（所）は、園児・児童・生徒が食べることに喜びや関心をもち、食文化や食への感謝について学ぶ場を提供する

- 食事（給食）の提供、地産地消の推進 [再掲]
- 食育体験 [再掲]
- 食に関する講座、授業 [再掲]



⑧行政は、市民が食に関して学ぶための機会を提供する

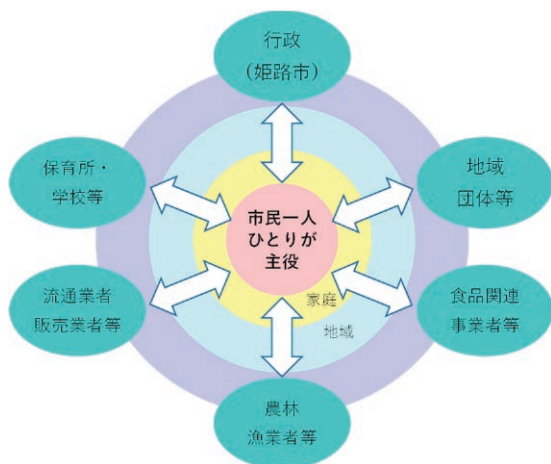
- 食育に関する講座、教室、講演会等による普及啓発 [再掲]
- 食育月間の取組 [再掲]
- 食品ロス削減に対する取組 [再掲]
- 各保健事業による普及啓発、健診、相談 [再掲]
- 食事（給食）の提供、地産地消の推進 [再掲]
- 食に関する講座、授業、食育体験 [再掲]
- プレコンセプションケアに関する普及啓発 [再掲]
- 生活習慣病に関する保健指導 [再掲]
- フレイル予防に関する普及啓発 [再掲]

⑨行政は、関係機関の連携強化や環境に配慮した体制の整備に取り組む

- 食品ロス削減に対する取組 [再掲]
- 食事（給食）の提供、地産地消の推進 [再掲]
- 農林漁業まつりや体験、メディアや動画配信等を通じた地産地消の推進 [再掲]
- 給食施設の栄養管理に対する指導・支援 [再掲]
- こども食堂に対する支援（運営補助、広報） [再掲]
- 各関係組合、協会等の支援
- フードドライブやフードバンク活動への支援
- 給食残渣(ざんさ)のリサイクル推進
- 食育推進委員会・検討部会における食育の推進検討
- 災害に備えた備蓄体制整備

計画の推進体制

市民・地域・関係団体・行政の連携



SDGsの推進



わたしの食育 取り組み度チェック！

できていることには◎、
これから取り組めるもの
には○をつけましょう

◎の数を数えてみましょう

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをします	
朝ごはんを毎日食べます	
主食・主菜・副菜のそろった食事をします	
家族や友達など、誰かと一緒に楽しく食事をします	
地元産の食材を選ぶようにします	
地域や家庭で受け継がれてきた料理を次の世代に伝えます	
安全性を確かめて食品を選びます	
適正体重を意識して、腹八分目をこころがけます	
農林漁業や調理の体験などを実践します	
まだ食べられる食材の廃棄や、食べ残しをなくし、環境にやさしい食生活をこころがけます	

10～9個 ばっちり！
あなたは『食育のエキスパート』です
この調子で取り組みを続けましょう

8～6個 いい感じ！
楽しみながら◎を1つずつ増やして
いきましょう

5個以下 これから！
1個ずつ、できることを増やしてい
きましょう

食事バランスガイド



食事バランスガイド

検索

※バランスよく食事をするために
食事バランスガイドをご活用ください

厚生労働省・農林水産省決定



●お問い合わせ

内容	担当課	電話番号
計画全般に関すること	健康福祉局保健所健康課	(079)289-1641
健康づくりに関すること		
保育所・こども園の食に関すること	こども未来局教育保育部こども保育課	(079)221-2318
学校給食に関すること	教育委員会事務局学校教育部健康教育課	(079)221-2772
農業に関すること	農林水産環境局農林水産部農政総務課	(079)221-2496
	農業委員会事務局	(079)221-2822
水産業に関すること	農林水産環境局農林水産部水産漁港課	(079)221-2474
農水産物の流通に関すること	農林水産環境局中央卸売市場	(079)287-9833
食品ロス削減に関すること	農林水産環境局美化部リサイクル課	(079)221-2404
食品の衛生に関すること	健康福祉局保健所衛生課	(079)289-1633

ひめじ食育推進プラン（第3次姫路市食育推進計画）概要版

令和6年（2024年）3月

■発行／姫路市 健康福祉局 保健所健康課
〒670-8530 姫路市坂田町3番地
TEL (079)289-1641 FAX (079)289-0210



ひめじ食育推進プラン
ホームページ